







الطعام والصحة

السرقة الارمنية يفوز على العربي السوري ٢-٠ صفر

تحت رعاية الدكتور سوي عادل صالح... صفر

ملاحظات... صفر

الاهداف... صفر

الاهداف... صفر

الاهداف... صفر

الاهداف... صفر

الاهداف... صفر

الاهداف... صفر

الاهداف... صفر

الاهداف... صفر

الاهداف... صفر

الاهداف... صفر

الامع العام والطب

يجب ان لا نستهن بطعام وشراب في فصل الصيف

فلا افراط في خضر وفواكه نيئة ولا مبالغة في شرب السوائل الباردة

ان امعاءك وجهاز هضمك هما المعرضان للاضطراب وسوء الحال



الكثيرون يستهينون بما يتناولون من طعام في الصيف...

في الصيف... صفر

في الصيف... صفر

في الصيف... صفر

في الصيف... صفر

في الصيف... صفر

في الصيف... صفر

في الصيف... صفر

في الصيف... صفر

في الصيف... صفر

في الصيف... صفر

في الصيف... صفر

في الصيف... صفر

في الصيف... صفر

طبيب الليلة

عمان - نافذ المنظر... صفر

القدس - عبدالله صبري... صفر

ارحبا - موسى المطي... صفر

بيت لحم - عدنان فيضي... صفر

رام الله - سمير الصايغ... صفر

الخليل - عبد الجيد الزير... صفر

نابلس - عاهد شاكر... صفر

جنين - حسن الطاهر... صفر

طولكرم - شاكر الجلال... صفر

الزرقاء - عبدالقادر الشالمة... صفر

اوريد - ابراهيم الرضي... صفر

السلط - مصطفى مجاهد... صفر

مادبا - يوسف مصطفى عيسى... صفر

عمان - الفراء... صفر

ارحبا - الزهراء... صفر

بيت لحم - بيت لحم... صفر

نابلس - نابلس... صفر

جنين - جنين... صفر

اوريد - اوريد... صفر

السلط - السلط... صفر

مادبا - مادبا... صفر

عمان - عمان... صفر

ارحبا - ارحبا... صفر

بيت لحم - بيت لحم... صفر

نابلس - نابلس... صفر

جنين - جنين... صفر

اوريد - اوريد... صفر

السلط - السلط... صفر

اوقات الصلاة

Table with prayer times for different locations.

هنا عمان

ماذا تسمع اليوم

فترة الصباح

٣٠٠ القرآن الكريم ٦ موعدي

القرآن الكريم ابراهيم زيد الكيلاني

٦٠٠ عزف متفرقة على البيانو ٦٠١

٦٠٢ جند نشاطك

عبدالله عفرود ٢٠٠ ماراثون

٦٠٣ صباح الخير عبدالقادر الكرمي

٦٠٤ نشرة الاخبار الاولى ٧٠١

٦٠٥ ... ٦٠٦

٦٠٧ ... ٦٠٨

٦٠٩ ... ٦١٠

٦١١ ... ٦١٢

٦١٣ ... ٦١٤

٦١٥ ... ٦١٦

٦١٧ ... ٦١٨

٦١٩ ... ٦٢٠

٦٢١ ... ٦٢٢

٦٢٣ ... ٦٢٤

٦٢٥ ... ٦٢٦

٦٢٧ ... ٦٢٨

٦٢٩ ... ٦٣٠

٦٣١ ... ٦٣٢

٦٣٣ ... ٦٣٤

٦٣٥ ... ٦٣٦

٦٣٧ ... ٦٣٨

٦٣٩ ... ٦٤٠

٦٤١ ... ٦٤٢

٦٤٣ ... ٦٤٤

٦٤٥ ... ٦٤٦

٦٤٧ ... ٦٤٨

٦٤٩ ... ٦٥٠

٦٥١ ... ٦٥٢

٦٥٣ ... ٦٥٤

٦٥٥ ... ٦٥٦

٦٥٧ ... ٦٥٨

٦٥٩ ... ٦٦٠

٦٦١ ... ٦٦٢

٦٦٣ ... ٦٦٤

٦٦٥ ... ٦٦٦

٦٦٧ ... ٦٦٨

٦٦٩ ... ٦٧٠

٦٧١ ... ٦٧٢

٦٧٣ ... ٦٧٤

٦٧٥ ... ٦٧٦

٦٧٧ ... ٦٧٨

٦٧٩ ... ٦٨٠

٦٨١ ... ٦٨٢

٦٨٣ ... ٦٨٤

٦٨٥ ... ٦٨٦

٦٨٧ ... ٦٨٨

٦٨٩ ... ٦٩٠

٦٩١ ... ٦٩٢

٦٩٣ ... ٦٩٤

٦٩٥ ... ٦٩٦

٦٩٧ ... ٦٩٨

٦٩٩ ... ٧٠٠

٧٠١ ... ٧٠٢

٧٠٣ ... ٧٠٤

٧٠٥ ... ٧٠٦

٧٠٧ ... ٧٠٨

٧٠٩ ... ٧١٠

٧١١ ... ٧١٢

٧١٣ ... ٧١٤

٧١٥ ... ٧١٦

٧١٧ ... ٧١٨

٧١٩ ... ٧٢٠

٧٢١ ... ٧٢٢

٧٢٣ ... ٧٢٤

٧٢٥ ... ٧٢٦

٧٢٧ ... ٧٢٨

٧٢٩ ... ٧٣٠

٧٣١ ... ٧٣٢

٧٣٣ ... ٧٣٤

٧٣٥ ... ٧٣٦

٧٣٧ ... ٧٣٨

٧٣٩ ... ٧٤٠

٧٤١ ... ٧٤٢

٧٤٣ ... ٧٤٤

٧٤٥ ... ٧٤٦

٧٤٧ ... ٧٤٨

٧٤٩ ... ٧٥٠

٧٥١ ... ٧٥٢

٧٥٣ ... ٧٥٤

٧٥٥ ... ٧٥٦

٧٥٧ ... ٧٥٨

٧٥٩ ... ٧٦٠

٧٦١ ... ٧٦٢

٧٦٣ ... ٧٦٤

٧٦٥ ... ٧٦٦

٧٦٧ ... ٧٦٨

٧٦٩ ... ٧٧٠

٧٧١ ... ٧٧٢

٧٧٣ ... ٧٧٤

٧٧٥ ... ٧٧٦

٧٧٧ ... ٧٧٨

٧٧٩ ... ٧٨٠

٧٨١ ... ٧٨٢

٧٨٣ ... ٧٨٤

٧٨٥ ... ٧٨٦

٧٨٧ ... ٧٨٨

٧٨٩ ... ٧٩٠

٧٩١ ... ٧٩٢

٧٩٣ ... ٧٩٤

٧٩٥ ... ٧٩٦

٧٩٧ ... ٧٩٨

٧٩٩ ... ٨٠٠

٨٠١ ... ٨٠٢

٨٠٣ ... ٨٠٤

٨٠٥ ... ٨٠٦

٨٠٧ ... ٨٠٨

٨٠٩ ... ٨١٠

٨١١ ... ٨١٢

٨١٣ ... ٨١٤

٨١٥ ... ٨١٦

٨١٧ ... ٨١٨

٨١٩ ... ٨٢٠

٨٢١ ... ٨٢٢

٨٢٣ ... ٨٢٤

٨٢٥ ... ٨٢٦

٨٢٧ ... ٨٢٨

٨٢٩ ... ٨٣٠

٨٣١ ... ٨٣٢

٨٣٣ ... ٨٣٤

٨٣٥ ... ٨٣٦

٨٣٧ ... ٨٣٨

٨٣٩ ... ٨٤٠

٨٤١ ... ٨٤٢

٨٤٣ ... ٨٤٤

٨٤٥ ... ٨٤٦

٨٤٧ ... ٨٤٨

٨٤٩ ... ٨٥٠

٨٥١ ... ٨٥٢

٨٥٣ ... ٨٥٤

٨٥٥ ... ٨٥٦

٨٥٧ ... ٨٥٨

٨٥٩ ... ٨٦٠

٨٦١ ... ٨٦٢

٨٦٣ ... ٨٦٤

٨٦٥ ... ٨٦٦

٨٦٧ ... ٨٦٨

٨٦٩ ... ٨٧٠

٨٧١ ... ٨٧٢

٨٧٣ ... ٨٧٤

٨٧٥ ... ٨٧٦

٨٧٧ ... ٨٧٨

٨٧٩ ... ٨٨٠

٨٨١ ... ٨٨٢

٨٨٣ ... ٨٨٤

٨٨٥ ... ٨٨٦

٨٨٧ ... ٨٨٨

٨٨٩ ... ٨٩٠

٨٩١ ... ٨٩٢

٨٩٣ ... ٨٩٤

٨٩٥ ... ٨٩٦

٨٩٧ ... ٨٩٨

٨٩٩ ... ٩٠٠

٩٠١ ... ٩٠٢

٩٠٣ ... ٩٠٤

٩٠٥ ... ٩٠٦

٩٠٧ ... ٩٠٨

٩٠٩ ... ٩١٠

٩١١ ... ٩١٢

٩١٣ ... ٩١٤

٩١٥ ... ٩١٦

٩١٧ ... ٩١٨

٩١٩ ... ٩٢٠

٩٢١ ... ٩٢٢

٩٢٣ ... ٩٢٤

٩٢٥ ... ٩٢٦

٩٢٧ ... ٩٢٨

٩٢٩ ... ٩٣٠

٩٣١ ... ٩٣٢

٩٣٣ ... ٩٣٤

٩٣٥ ... ٩٣٦

٩٣٧ ... ٩٣٨

٩٣٩ ... ٩٤٠

٩٤١ ... ٩٤٢

٩٤٣ ... ٩٤٤

٩٤٥ ... ٩٤٦

٩٤٧ ... ٩٤٨

٩٤٩ ... ٩٥٠

٩٥١ ... ٩٥٢

٩٥٣ ... ٩٥٤

٩٥٥ ... ٩٥٦

٩٥٧ ... ٩٥٨

٩٥٩ ... ٩٦٠

٩٦١ ... ٩٦٢

٩٦٣ ... ٩٦٤

٩٦٥ ... ٩٦٦

٩٦٧ ... ٩٦٨

٩٦٩ ... ٩٧٠

٩٧١ ... ٩٧٢

